

17.–19.6.2022 Karmaretriitti

Päiväjärjestys on seuraava. Joustetaan tarpeen mukaan.

Perjantai 17.6. saapuminen klo 18 mennessä.

18:00 Illallinen, osallistujien esittely, ohjelman esittely

20:00 Meditaatio

21:00 Iltatee

Lauantai 18.6.

08:30 Meditaatio

09:15 Aamiainen, sovitaan karmatyöt

Karmatöitä

13:00 Lounas

14:30 Meditaatio

HILJAINEN JAKSO

18:00 Illallinen (hiljaisuudessa)

20:00 Meditaatio

21:00 Iltatee (keskustelua kokemuksista tässä ja nyt)

Sunnuntai 19.6.

08:30 Meditaatio

09:15 Aamiainen, sovitaan karmatyöt

Karmatöitä

12:00 Lounas

13:30 Taidekokoelman ja stupan esittely

14:30 Meditaatio

15:00 Lähtökahvit, palautekeskustelu

Hiljaisen jakson aikana voit osallistua luonnon havainnointiin ja tehdä läsnäoloharjoituksia kirjallisten ohjeiden mukaan. Halutessasi voit sukeltaa buddhalaiseen maailmankuvaan osallistumalla thankamaalauskoelman ja stupa-monumentin esittelyyn. Karmatyöt liittyvät rakennusten ja tilusten ylläpitoon oman valinnan mukaisesti. Retriitti on avoin kaikille eikä edellytä aiempaa kokemusta meditaatiosta.